Консультация для родителей

Тема: «Гиперактивный ребенок»

В последнее время родители, воспитатели и учителя всё чаще сталкиваются с детьми, двигательная активность которых выходит за рамки представлений о просто подвижном ребёнке. Большинство детей дошкольного возраста отличается подвижностью, импульсивностью непосредственностью и эмоциональностью, но при этом они могут внимательно выслушать взрослого и выполнить его указания.

С гиперактивными детьми трудно наладить контакт уже потому, что они находятся в постоянном движении: они не ходят, а бегают, не сидят, а ёрзают, не стоят, а крутятся или залезают куда-нибудь, не смеются, а хохочут, принимаются за дело или убегают, не дослушав задание до конца. Внимание их рассеяно, глаза блуждают, взгляд трудно поймать.

Родители жалуются на то, что ребёнок не даёт им покоя – он постоянно вмешивается в разговоры взрослых, с ним всё время что-то случается, а для того, чтобы добиться послушания, приходится повышать голос, но замечания и наказания не приносят результатов.

Во время коллективных занятий такие дети часто вскакивают с места, не понимают, чего хочет от них воспитатель или учитель, не могут выполнить задание до конца. Гиперактивный ребёнок получает больше всего замечаний, окриков, «отрицательного внимания»; он мешает другим детям и обычно попадает в число «изгоев». Претендуя на лидерство, эти дети не умеют подчинять своё поведение правилам или уступать другим и, как следствие, вызывают многочисленные конфликты в детском коллективе.

Гиперактивное поведение начинает проявляться в большинстве случаев после 4 лет и продолжается до подросткового возраста. Однако некоторые люди и в зрелом возрасте продолжают сохранять черты гиперактивности: излишнюю подвижность, суетливость, импульсивность, эмоциональность и болтливость.

Наиболее сложный период в жизни гиперактивных детей связан с поступлением в школу. Несмотря на то, что после 7 лет дети становятся более усидчивыми, проблемы продолжают, и на первый план выступает так называемый «дефицит внимания». Учащимся с гиперактивностью трудно сосредоточить внимание и удержать его на чём-то одном, трудно запоминать

и выполнять инструкции учителя, не отвлекаясь на посторонние раздражители.

В течение нескольких десятилетий и в нашей стране, и за рубежом проводились биохимические исследования работы мозга таких детей, в результате которых было выявлено снижение метаболической активности в лобной и средней долях мозга, то есть в тех областях, которые ответственны за контроль поведения. Таким образом, не следует обвинять ребёнка в отсутствии желания или волевых усилий («может, но не хочет!»), необходимо понять, что проблемы, связанные с его обучением и воспитанием, являются результатом изменений биохимической активности мозговых структур («хочет, старается, но не может!»).
Какую помощь можно оказать таким детям?

Во-первых, необходимо посоветовать родителям отвести ребёнка на консультацию к психоневрологу для постановки точного диагноза.

Во-вторых, следует объяснить педагогам, что гиперактивный ребёнок не «вредный» и не «плохой», просто ему труднее, чем другим детям сдерживать свою двигательную активность, он в этом не виноват. В общении с гиперактивным ребёнком воспитатель должен стараться соблюдать следующие правила:

не «замечайте» мелкие шалости, сдерживайте раздражение и не кричите на ребёнка, так как от шума возбуждение усиливается;

при необходимости применяйте позитивный физический контакт возьмите ребёнка за руку, погладьте по голове, прижмите к себе;

во время занятий посадите ближе к себе, чтобы уменьшить отвлекающие моменты;

в середине занятия дайте возможность подвигаться;

хвалите за каждые проявления сдержанности, самоконтроля, открыто выражайте свой восторг, если он довёл какое-то дело до конца.

Для родителей можно предложить следующую анкету, помогающую выявить гиперактивность.

МОЙ РЕБЁНОК

очень подвижен, много бегает, постоянно вертится... 1

спит намного меньше, чем другие дети... 2

очень говорлив... 3

не может тихо, спокойно играть или чем-то заниматься... 4

с трудом дожидается своей очереди (в играх, в магазинах... 5

начинает отвечать, не дослушав вопроса, или, наоборот, задав вопрос, не слушает ответа... 6

часто мешает другим, вмешивается в разговоры взрослых... 7

не может спокойно дожидаться вознаграждения ... 8

часто не слышит, когда к нему обращаются... 9

легко отвлекается, когда ему читают книгу... 10

часто не доводит начатое до конца (игру, задание... 11

избегает занятий, где требуется длительное сосредоточение... 12

Сделать заключение о наличии гиперактивности у ребёнка можно, если в течение полугода и в детском саду, и дома наблюдается не менее семи симптомов из перечисленных.

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ по воспитанию детей с гиперактивностью

1. В своих отношениях с ребёнком поддерживайте позитивную установку. Хвалите его в каждом случае, когда он этого заслуживает, подчёркивайте успехи. Это помогает укрепить уверенность ребёнка в своих силах.

2. Избегайте повторения слов «нет» и «нельзя».

3. Говорите сдержанно, спокойно, мягко.

4. Давайте ребёнку только одно задание на определённый отрезок времени, чтобы он мог его завершить.

5. Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.
6. Поощряйте ребёнка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (например, работа с кубиками, конструктором, раскрашивание, чтение) .
7. Поддерживайте дома чёткий распорядок дня. Время приёма пищи, выполнение домашних заданий и сна ежедневно должно соответствовать этому распорядку.
8. Избегайте по возможности скопления людей. Пребывание в крупных магазинах, на рынках и т. п. оказывает на ребёнка чрезмерное стимулирующее действие.
9. Во время игр ограничивайте ребёнка лишь одним партнёром. Избегайте беспокойных, шумных приятелей.
10. Оберегайте ребёнка от переутомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.
11. Давайте ребёнку возможность расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе – прогулки, бег, спорт (гимнастика, плавание, теннис, но не борьба или бокс, т. к. эти виды спорта травматичны) .
12. Помните о том, что присущая детям гиперактивность хотя и неизбежна, но может удерживаться по разумным контролем с помощью перечисленных мер.